

Уважаемые коллеги! Сейчас большое внимание уделяем детям. Но наша поддержка необходима и родительской общественности. Предлагаю Вашему вниманию ряд ссылок на статьи по страницам журнала PSYCHOLOGIES. Подборка статей будет адресована взрослой аудитории-родителям, бабушкам, педагогам.

www.psychologies.ru Раздел- Личный опыт.

«Кому в изоляции жить хорошо». Психотерапевт Екатерина Приморская дает несколько советов для больших семей во время самоизоляции.

«9 идей, чтобы уцелеть в самоизоляции». Психолог Дж.Брейнс предлагает девять научно обоснованных рекомендаций, которые помогут облегчить жизнь в условиях изоляции.

«Что нам мешает заботиться о себе?». Заботиться о себе –не значит отдать приоритет лишь своим интересам вопреки интересам семьи.

«Что делать, если Вы лишились работы из-за кризиса». Психоаналитик Юлия Лянгузова отвечает на этот важный вопрос.

«Негатив: медленный яд в отношениях». Семейный психотерапевт Эйприл Элдемир размышляет о том, как изменить тональность общения с негативной на позитивную. Она утверждает: «Счастливые отношения требуют труда» - с чем нельзя не согласиться!!!

www.psychologies.ru Раздел-Подросток.

«Как объяснить родителям, что мне нужно сочувствие?»

Психолог Илья Суслов предлагает родителям поразмыслить о том, как мы относимся к детям-подросткам. Всегда ли мы готовы отпустить детей, как развивать способность к эмпатии.

«Преодолеть подростковый кризис». Детский психолог Марина Бебчук размышляет- неизбежен ли конфликт с родителями, что такое подростковая злость, существуют ли нормы отношений с детьми-подростками, нужны ли запреты подросткам.

«Мне это не нравится: переходный возраст и прочие неприятности». Журналист Юлия Тарасенко на примере фильма размышляет о проблемах подростков. Как принимать детей, такими, какие они есть?

www.psychologies.ru Раздел – Фильмы.

Нина Добрынченко-Матусевич — продюсер образовательных проектов и событий, Лидер Лиги современных родителей, создатель группы «Что бы

посмотреть с детьми» предлагает подборку фильмов для семейного просмотра.

«Заплати другому», 2000 г. Ученик седьмого класса Тревор МакКинни всегда был немного странным мальчиком. Пока остальные дети играли в войну или издевались над своими не такими удачливыми одноклассниками, Тревор спасал животных и помогал учителям. Однажды мальчик где-то вычитал, что самостоятельно может начать «цепочку добра». Сделать что-то хорошее незнакомому человеку, который потом совершит аналогичный поступок по отношению к кому-нибудь другому. Несмотря на уверения взрослых, что люди жестоки и ничего не получится, Тревор все равно стал помогать бездомным, сиротам, даже своим врагам... **Почему стоит посмотреть:** Давайте подумаем, какую «цепочку добра» мы можем запустить, сидя в своих квартирах? Может быть, помочь одиноким мамам или организовать флэшмоб поддержки в социальных сетях?

«Головоломка», 2015 г. Главная героиня — жизнерадостная, любознательная девочка Райли. Ей одиннадцать лет, и она живет с родителями в небольшом провинциальном городке, где все друг друга знают. Уже несколько лет Райли дружит с одними и теми же ребятами, ходит в одну и ту же школу и тайно влюблена в одного и того же мальчика. Но она не подозревает, что всеми ее делами, мыслями и чувствами управляют пять базовых эмоций, которые находятся в ее голове: Радость, Печаль, Страх, Гнев и Брезгливость. Они постоянно ссорятся и никак не могут договориться между собой, но в определенный момент им придется это сделать. **Почему стоит посмотреть:** Прекрасный повод поговорить о ваших чувствах в изоляции и поделиться страхами и волнениями друг с другом.

«Пятеро друзей», 2012 г. Немецкий приключенческий фильм для всей семьи, в основе сценария которого лежит серия детских детективных книг Энид Блайтон. История про четверых подростков, которые прошли путь от ненависти до дружбы. **Почему стоит посмотреть:** Хорошо подходит для тех, у кого несколько детей в семье, так как фильм про важность дружбы между сестрами и братьями и про то, что победить можно только вместе. Кстати, хороший повод прочесть книги известной писательницы, которые уже более семидесяти лет читают европейские подростки.

«Маленькая Мисс Счастье», 2006 г. История про большую семью, в которой масса проблем и сложностей. Но всем приходится собраться с силами и отправиться на конкурс, в котором мечтает победить малышка Олив. **Почему стоит посмотреть:** Вполне возможно, что этот фильм поможет и вам найти цель, ради которой стоит пережить изоляцию. Нужно отметить,

что фильм получил два «Оскара», «Сезар», два приза Британской киноакадемии, приз зрительских симпатий фестиваля «Сан-Себастьян», премию Гильдии актеров и еще ряд почетных номинаций.

«Тайна Коко», 2017 г. Мальчик из мексиканской глубинки Мигель Ривера не может жить без музыки. Но ему и его любимой гитаре не суждено быть вместе: дело в том, что вся его семья не выносит музыкантов. Эта ненависть передается из поколения в поколение, начиная с пра-прабабушки Мигеля, Имельды. **Почему стоит посмотреть:** один из лучших фильмов о том, как прийти к себе, преодолевая разные личностные дебри и семейные предрассудки. Тот случай, когда авторы обсуждают очень важные и серьезные темы с помощью понятных детям приемов.

«Комната», 2015 г. История про молодую маму и ее сына, которые живут у похитителя, и мальчик ничего до 5 лет не видел, кроме этой комнаты. Малыш здесь родился и никогда не выходил за дверь. Однако он совершенно не страдает по этому поводу: вместе с Ма он читает, развивается, играет и отмечает дни рождения. А когда Ма наконец-то удается сбежать, Джек впервые видит, как огромен и прекрасен окружающий мир. **Почему стоит посмотреть:** обсудите с ребенком, насколько на человека может повлиять длительная изоляция и последующий выход из нее, поговорите о связи между мамой и ребенком. Этот фильм также может стать поводом затронуть непростые темы о насилии, обсудить с ребенком вопросы безопасности.

Уважаемые коллеги! Вы заметили, что большая часть материала зарубежных авторов. Материал изучен мною и позволю себе сказать, что темы, затронутые в статьях и фильмах, актуальны и для нашей аудитории. Надеюсь, что данная подборка пригодится Вам.